اندیشه نیک
گفتار نیک کردار نیک

دین آموز

سال نخست دبستان

۱۳۹۱

نام: دین‌آموز (کتاب آموزش درس دینی زرتشتی سال نخست دبستان)
مدیر و هماهنگ‌کننده: بهنام مرادیان
مشاور فنی: بیژن نوشیروانی
با پشتیبانی و انگیزش: رستم یگانگی
گروه پژوهش‌های دینی(به ترتیب حروف الفبا):
موبد مهربان پولادی، موبدیار راشین جهانگیری، موبد رامین شهزادی، موبدیار پریا ماوندی، موبدیار میترا مرادپور، بهنام مرادیان موبدیار پروا نمیرانیان

نگارگری و طراحی: کورش وفاداری، پونه اشیدری
عکس: مازیار اسدی، خسرو پرخیده، شهرام پوردهی زین‌آباد، سوده حاجی‌کرم، سرور دهموبد، نگین سادی، گاتاضیاتبری، فیروزه منوچهری، سیما مهرآذر، همایون مهرزاد
رویه‌آرایی: سیامک جمشیدی‌زاده

با سپاس از همیاری هموندان کارگروه دینی و همچنین مسوولان هازمان زرتشتی:
اسفندیار اختیاری نماینده زرتشتیان در مجلس هشتم و نهم شورای اسلامی، هموندان هیات مدیره انجمن موبدان تهران، هموندان هیات مدیره سازمان جوانان زرتشتی(فروهر)، آموزگاران آموزشگاه‌های زرتشتی، آموزگاران کلاس‌های دینی سازمان فروهر و هرمز آرش، هموندان کمیسیون دینی یزد، هموندان هیات مدیره انجمن زرتشتیان تهران، بنیاد خیریه سیروس یگانگی.

با سپاس از پژوهشگران و اندیشمندانی که ما یاری کردند:
فریبرز آذرکیوان، موبدیار مهربان آفرین، بانی بزرگ، کیقباد بهدین، موبدیار اردشیر بهمردی، نوشین پشوتن، نگار خدادادی، موبد اردشیر خورشیدیان، مهین‌دخت دهنادی، موبد پدرام سروشپور، شهناز شهزادی، فیروزه فرودی، موبدیار هومن فروهری، ناهید فلفلی، آرمیتا فرهمند، موبد مهربان فیروزگری، مهرداد قدردان، مژده کامیاب‌پور، فرزانه گشتاسب، موبدیار میترا مرادپور، بهمن مرادیان، کورش مرادیان، ماندانا معاونت، مینو مهربانی، معصومه مهمان‌نواز، فرین میزانیان، فرانک نمیرانیان، مهوش نامداریان، زریر نجمی، موبد رستم وحیدی، کورش وفاداری.

دیدگاه‌ها و پیشنهادهای خود را به نشانی پست الکترونیک:
ketabdinidabestan@gmail.com
یا به نشانی پستی دبیرخانه کارگروه دینی؛ سازمان جوانان زرتشتی(فروهر) بفرستید.

این کتاب، به سفارش انجمن‌ها و نهادهای زرتشتی ایران، برای آموزش در مراکز آموزشی سراسر کشور تهیه شده است.

اندیشه نیک

گفتار نیک کردار نیک

دین آموز

سال نخست دبستان

۱۳۹۱

«خشنَه اُثرَه اَهورهِ مَزدا»

به خُشنودی اَهورامَزدا



اَشـــوزَرتُشت، پَیــامبَر ما زَرتشتیان است.

ما زَرتُشتیان، **یِکتا پَرست** هستیم.

ما **اَهورامَزدا**، خدایِ یکتا و یِگانه را می پَرستیم.

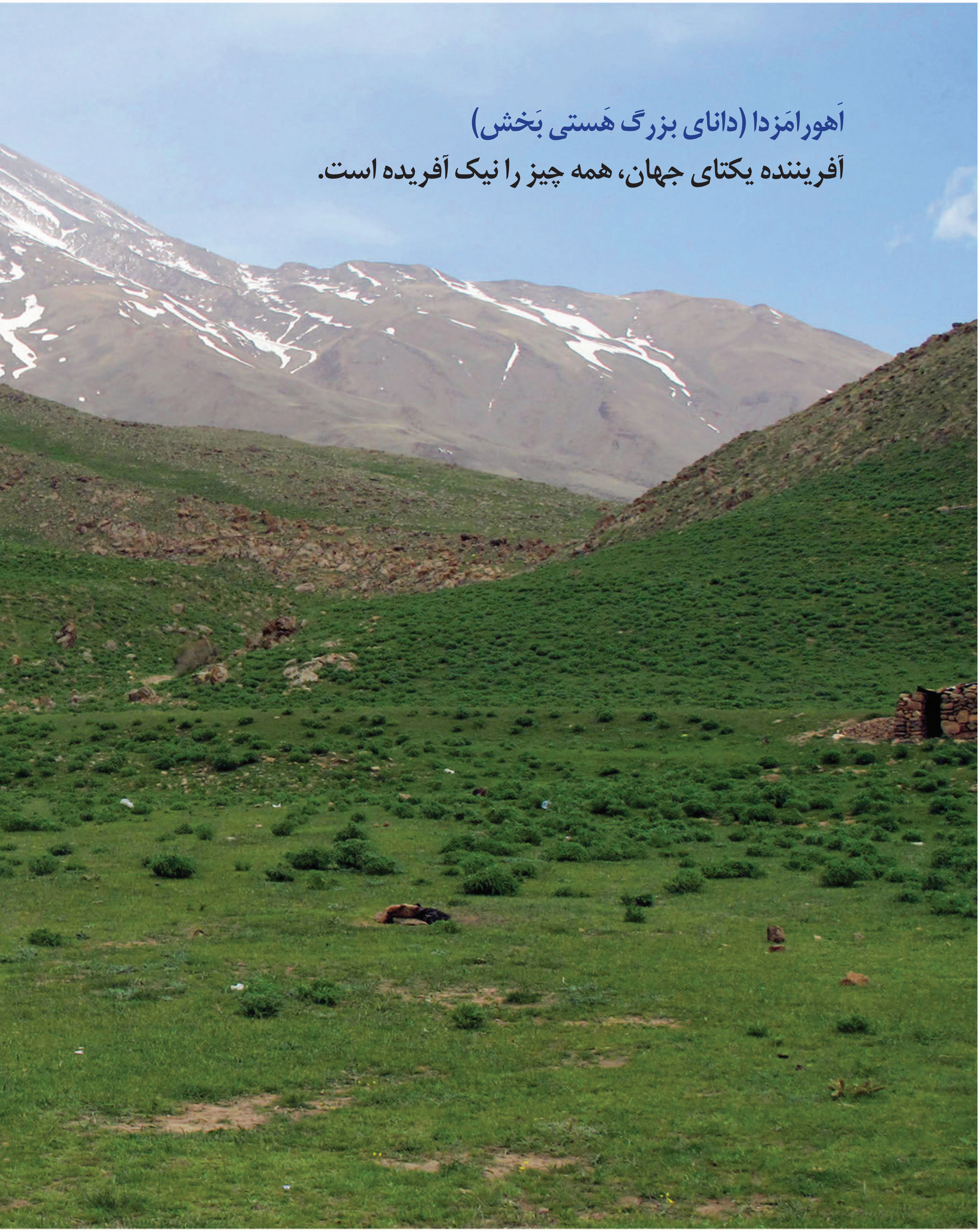
اَشــوزَرتُشت، پَیــامبَر ایــرانی، اَهــورامَزدا را به ما شناساند.



گات ها که بَخشی از **اَوِستا** است، کتابِ آسمانی زَرتُشتیان است.
گات ها پیام های آسمانی اَشوزَرتُشت است.

اَهورامَزدا (دانای بزرگ هَستی بَخش)

آفریننده یکتای جهان، همه چیز را نیک آفریده است.







نور و روشنایی، پَرَستِش سوی ما زَرتُشتیان است.



هَر زَرتُشتی با **تَن پاکیزه، پوشش پاک و سَر پوشیده** به نیایش اَهورامَزدا می پَردازد.

«ای اَهورامَزدا با دست های بَراَفراشته تو را نَماز می‌بَرم.»

گات‌ها، هات ۲۸ بند ۱

هَر زَرتُشتی، دَر هَر روز در پَنج گاه، به سِتایِش اَهورامَزدا می پَردازد.



گاه‌های نماز و نیایش:

۱- **گاه هاوَن:** از برآمدن آفتاب تا نیمروز

۲- **گاه رَپیتوَن:** از نیمروز تا سه ساعت پس از آن

۳- **گاه اُزیرَن:** سه ساعت از نیمروز گذشته تا آغاز تاریکی شب

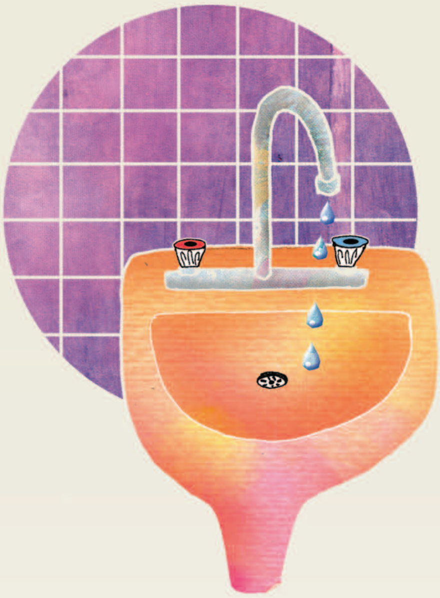
۴- **گاه اَیوی سَروتَرَم:** از آغاز تاریکی شب تا نیمه شب (ساعت ۱۲)

۵- **گاه اُشَهَن:** از نیمه‌شب تا برآمدن آفتاب

هَر زَرتُشتی از آفریده‌های پَروَردِگار، دُرُست و به اَندازه بَهره می‌بَرد.

دُرست استفاده کَردن از داده های اَهورامَزدا، بَخشی از دین زَرتُشتی است.













اَشویی (راستی، نَظم، قانون) از پایه های دین زَرتُشتی است.

هَر زَرتُشتی باید در زندگی خود اَشویی پیشه کند.

چنین کسی «اَشو» یا «اَشَون» نامیده می‌شود.



«هَمازور بیم، هَمازور هَما اَشوبیم».

همبسته باشیم. هَمبَسته همه «اَشَوان» باشیم.





اَشویی (نظم فردی) در زندِگی و رَفتارهای هَر زَرتُشتی دیده می‌شود.



کار، استِراحَت، بازی، نیایِش، تَماشای تلویزیون و ... باید در زمان خودش و به اندازه باشد.





هَر زَرتُشتی، چِهره و پوششی **پاکیزه و آراسته** دارد.

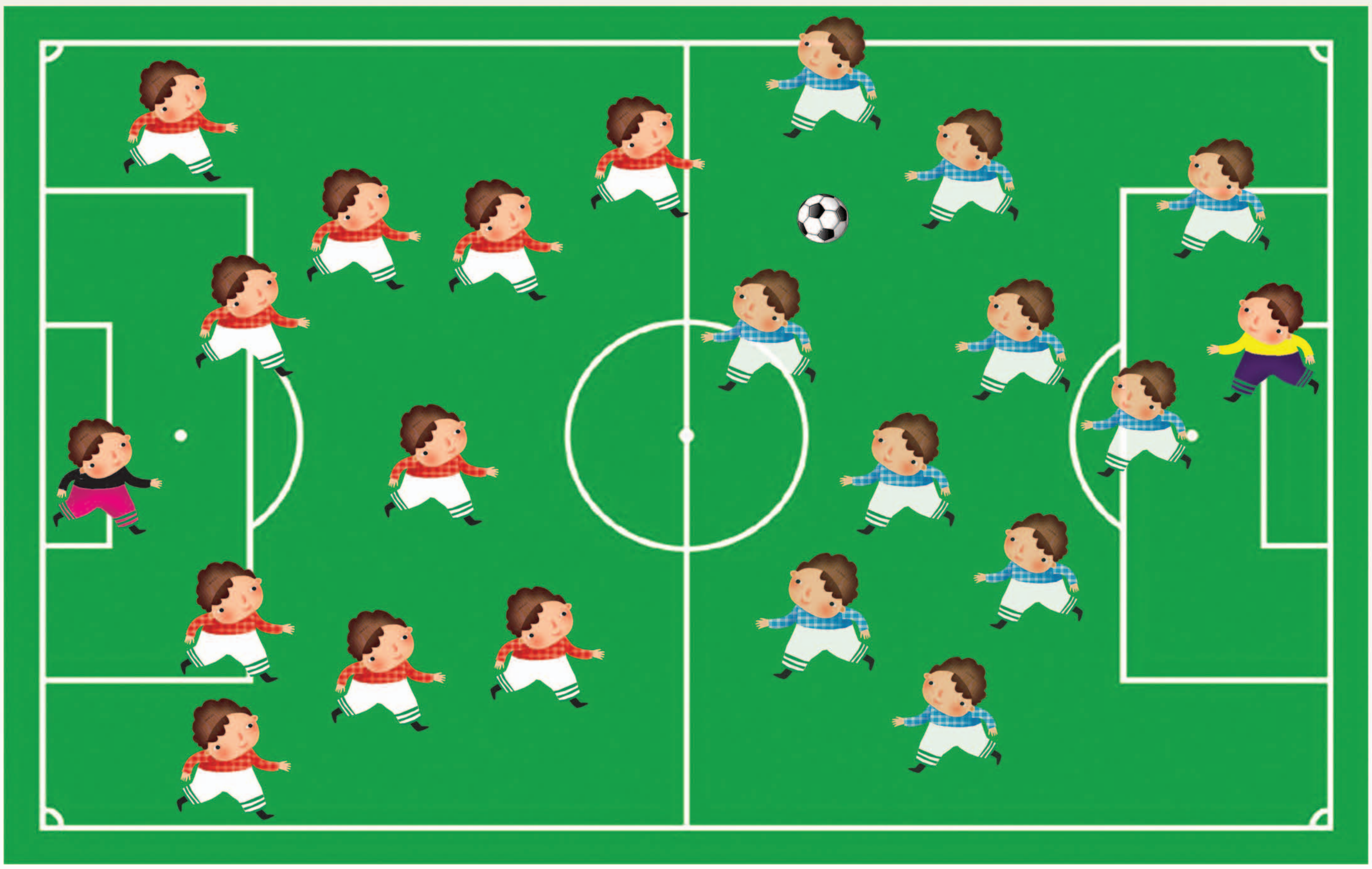


یک زَرتُشتی، کارهایش را **سَر وَقت، دُرست و کامل** انجام می دهد.



«اَشویی (نَظم و قانون) بِهتـرین نیـکی است، خوشـبختی است.»

هَر زَرتُشتی با مُنظم بودن و قانونمداری، از اَشویی پیرَوی می‌کند.





یِک زَرتُشتی «اَشو»، با پِیرَوی از نَظم و قانون به حَق خود و دیگران اَرج می‌گذارد.



ما از اَهورامَزدا به پاسِ داده‌های نیک او سِپاسگُزاری می‌کنیم.



هستم گُلی سرخ / در باغ زیبا

هم صحبتم من / با شاپرک‌ها

یک روز باران / از ابر بارید

بَر غنچه من / خورشید تابید

تا شد لبِ من / با خنده‌ای باز

یک گُل شدم من / زیبا و پُر ناز

حالا که شادم / در باغ گُل‌ها

باید بگویم / شکر خدا را

ما از پِدر، مادَر و هَمه‌ی کَسانی که به ما یاری و مِهربانی می کنند، **سِپاسگُزاری** می کنیم.



بابا به من داد — یک جا مدادی
«خیلی قشنگ است» — گفتم به شادی
از عِشق بابا — شد سینه ام پُر
با بوسَه از او — کَردم تَشَکر

بَچه خَرگوش ها باید برای رِسیدن به هَویج ها چه کار کنند؟



پِدَر، مادَر، مادر بزرگ (مِمَس)، پدر بزرگ (بامَس)، خواهر و بَرادر،

یک خانواده هستند.

هَمه در یک خانواده به هَم **اِحتِرام** می گذارند و با هَم، **هَمکاری** می کُنند.



چه کسی زیباترین گُل را پَرورش داد؟

در روزگاران گذشته فَرمانروای پیری بود که به گُل‌ها و گیاهان عِشق می‌وَرزید. اما او پیر شده بود. از این رو به فکر افتاد تا جانشینی برای خود برگزیند. پَس دستور داد جارچیان در شَهر جار بزنند که هَر کَس می‌خواهد جانشین فرمانروا شَوَد به قَصر بیاید. مَردُم زیادی به قَصر آمدند. فَرمانروا به هَر یک از آنها دانه‌ای داد و گُفت: شما باید این دانه را بِکارید و خوب از آن مُراقِبَت کنید تا گُل بِدَهَد. شِش ماه بَعد دوباره به اینجا بیایید تا ببینم چه کَسی زیباتَرین گُل را پَرورِش داده است. آن گاه جانشین خودم را انتخاب می کُنم. در بینِ کسانی که به قَصر آمده بودند دُختر جوانی هم بود. او هم دانه‌ای از فرمانروا گِرفت و به خانه بُرد تا هر چه زودتر آن را بِکارَد. دُختر روزها مُنتَظِر ماند اما دانه‌اش جوانه نَزَد. خاکِ گُلدانش را عَوض کرد و گُلدانش را جابه جا کرد، ولی باز هم خبری نشد. روز قرار هر کسی که به قَصر می‌آمد یک گُلدان در بَغَل داشت. در هَر گُلدانِ هم گُل زیبا و چَشم‌نواز دیده می شُد. فَرمانرَوا گُل‌ها را با دقت تماشا می کَرد، سَرَش را تکان می‌داد و زیر لَب می گفت: چه گُل قَشَنگی!

فَرمانرَوا همه گُل‌ها را که تماشا کرد به دُختر رسید. دُختر از خِجالت در گوشه ای ایستاده بود. چون در گُلدان او گُلی نبود. فَرمانرَوا گفت: پس گُل تو کجاست؟ دُختر پاسُخ داد: من دانه‌ای را که شما داده بودید، کاشتم اما هر کاری کردم گُل نداد. فَرمانرَوا لَبخَند زد و جلو رفت و به دُختر گفت؟ چه دُختر راستگویی. سِپَس سَرَش را بلند کرد و با صدای بلند گفت: من جانشینم را یافتم. این دُختر جانِشین مَن است. همه با شگفتی به دُختر و گُلدان خالی او نگاه کردند. فَرمانرَوا ادامه داد: تمام دانه‌هایی که مَن به شما داده بودم پُخته شده بودند، بنابراین اِمکان نداشت گُل بدهند. تنها کَسی که بدون گُل به قَصر آمده است همین دُختر است. او راستگوترین فَرد این شَهر است. بنابراین برای جانِشینی مَن از همه شایِستِه‌تَر است.

«اَشویی (راستی) بِهتـَرین نیـکی است، خوشــبــختی است.»

راستی و راستگویی، مهمترین ویژگی یک زرتُشتی است.



خوشرویی و **اَخلاق خوب**، دوستان ما را فراوان می‌کند و دوستی‌ها را پایدار می‌سازد.



«خوشبختی از آن کسی است که در پی خوشبختی دیگران باشد.»

گات‌ها، هات ۴۳ بند ۱

ما در پَرتو اَشویی، با کمک و یاری دیگران، خود و مردمانی که در میان آنان زندگی می‌کنیم را شاد و خوشبخت می‌سازیم.

کمک به دیگران، یاد گرفتن چیزهای نو و ورزش کردن نیز مایه شادی و خرسندی ما است.



جَشنِ و شادی در فَرهنگ ایرانی و زَرتُشتی، جایگاه ویژه‌ای دارد.
این جَشن‌ها، با هَمکاری و هَمازوری همه بَرگزار می‌شوند.
ما در این جَشن‌ها گِردهَم می آییم، شادی می‌کنیم، به نیایِش اهورامزدا
می‌پردازیم، داد و دَهِش می‌کنیم و یاد انسان‌های بزرگ را گِرامی می‌داریم.





نوروز؛ جَشنِ آغازِ سالِ نو خورشیدی



مِهرِگان؛ روز مِهر از ماهِ مِهر(دهم مهر) روز دادگری و آزادی‌خواهی و ایستادگی در برابر بیداد و سِتَم



گاهَنبار؛ آیین داد و دَهِش که شش بار در سال بَرگُزار می‌شود



نوزوتی؛ جَشنِ به موبِدی رِسیدن



سِدرِه پوشی؛ جَشنِ گزینش دین زَرتُشتی، توسط هَر نوجوان



سَده؛ روز مِهر از ماه بَهمن(دَهُم بَهمن)، جَشنِ روشن کردن و مَهارکردن آتش به دَستِ ایرانیان

راه (دَر جَهان) یکی است و آن اَشویی است.

نَمازِ اَشِم وُهو:

اَشویی (راستی، نَظم، قانون) بهترین نیکی است.

خوشبَختی است.

خوشبَختی از آنِ کسی است که اَشو و در پی بهترین اَشویی باشد.

مَن زَرتُشتی هستم.

مَن هر روز اَهورامَزدا را که خدای یِکتا است، نیایِش می کُنم.

مَن در خانواده ام به همه اِحتِرام می گذارم و در کارها به دیگران کُمَک می کُنم.

مَن با راستگویی، مُنَظَم بودن و رِعایَت قانون از اَشویی پِیرَوی می کُنم، پَس اَشَوَن هَستَم.

مَن از آفریده‌های اَهورامَزدا به دُرُستی و به اندازه بَهره می‌بَرم.

مَن برای اَنجامِ کارهایی که با آن آشنا نیستم، از پدر، مادر، آموزگار و کسانی که آگاه هَستَند، پُرسِش می‌کُنم.

مَن می‌کوشَم هیچگاه موجب آزار کسی نَشَوم.

مَن از اَهورامَزدا و اَشوان سراسر جهان سپاسگزارم.

ای ایران ای مرز پر گهر

ای ایران ای مرز پُر گهـر
ای خاکت سَرچشمه هنر
دور از تو اندیشهٔ بدان
پاینده مانی و جاودان
ای دشمن ار تو سنگ خاره ای من آهنم
جان من فدای خاک پاک میهنم
مِهر تو چون شد پیشه‌ام
دور از تو نیست اندیشه‌ام
در راه تو کِی ارزشی دارد این جان ما
پاینده باد خاک ایران ما
سنگ کوهت دُرّ و گوهر است
خاک دشتت بهتر از زَر است
مِهرت از دل کِی برون کنم
برگو بی مهر تو چون کنم
تا گردش جهان و دور آسمان به‌پاست
نورِ ایزدی همیشه رهنمای ماست
مِهر تو چون شد پیشه‌ام
دور از تو نیست اندیشه‌ام
در راه تو کِی ارزشی دارد این جان ما
پاینده باد خاک ایران ما
ایران ای خُرّم بهشت من
روشن از تو سرنوشت من
گر آتش بارد به پیکرم
جز مهرت در دل نپرورم
از آب و خاک و مهرِ تو سرشته شد گِلم
مهر اگر برون رود گِـلی شود دلم
مهر تو چون شد پیشه‌ام
دور از تو نیست اندیشه‌ام
در راه تو کِی ارزشی دارد این جان ما
پاینده باد خاک ایران ما

